

Gruppo Natura “Marco Bomman”

Centro di Educazione Ambientale – Circolo A.R.C.I. di Canzo

organizza con :

Roberta Cereda Erborista

Il Prato sulla Tavola, ovvero cucinare erbe selvatiche 9 e 10 maggio 2009

Il Prato sulla Tavola è:

1. Riconoscere le piante commestibili e raccogliere correttamente le stesse;
2. Raccolta, mondatura, utilizzo, conservazione.
3. Degustazione;

Ricettario: antipasti, primi, secondi.

Arrivo ore 11-11.30 di sabato 9 maggio;

conclusione domenica 10 maggio nel pomeriggio.

Costo 160€ comprendente Corso, alloggio e vitto.

Chiusura delle iscrizioni **giovedì 30 aprile 2009.**

Fiori di Sambuco, corso di Fitocosmesi 23 e 24 maggio 2009

Fiori di Sambuco è:

1. Conoscere le proprietà di erbe e sostanze naturali in funzione cosmetica.
2. Estrazioni di base: idroliti, acetoliti, oleoliti;
3. Preparare ed usare appropriatamente lozioni, creme, maschere, peeling;
4. Cenni su preparazioni diuretiche e depurative;
Ricettario di bellezza.

Arrivo ore 11-11.30 di sabato 23 maggio;

conclusione domenica 24 maggio nel pomeriggio.

Costo 160€ comprendente Corso, alloggio e vitto.

Chiusura delle iscrizioni **lunedì 11 maggio 2009.**

Gruppo Natura “Marco Bomman”

Centro di Educazione Ambientale – Circolo A.R.C.I. di Canzo

Salute e Bellezza

qualche simpatica giornata

“beauty farm”

18 e 21 giugno 2009

1. Dieta a base di cibi biologici e genuini. Tisane;
2. Corso per conoscere ed usare erbe e sostanze naturali
 - Diventare “estetisti di se stessi” :
lozioni, peeling, maschere, bagni, impacchi per capelli;
 - Compilazione di un ricettario;
 - Cure di bellezza;
3. Relax e passeggiate per conoscere le erbe
4. Meditazione di auto guarigione (facoltativo).

Arrivo ore 11-11.30 di giovedì 18 giugno;
conclusione domenica 21 giugno nel pomeriggio.

Costo 320€ comprendente:

Corso e materiale cosmetico per le cure in luogo, alloggio e vitto.
Chiusura delle iscrizioni **lunedì 8 giugno 2009**.

le iscrizioni dovranno pervenire nei termini previsti a:
@ e-mail: aiciar@gruppo-natura.it

I Corsi verranno confermati al raggiungimento del numero minimo di iscritti previsti dall’organizzatore, a seguito della conferma, verrà richiesto il versamento di una caparra sul conto corrente bancario del Gruppo Natura

informazioni :

Giovanni e Manuela tel. 035 989177

@ e-mail: info@aiciar.it sito: #www.aiciar.it

Roberta tel. 039 5311866

La Nostra Associazione organizza Corsi in residenziale
in località Ceratello di Costavolpino (BG)

presso la Locanda “**AI CIAR**”
Autostrada per Bergamo,
uscita Lovere, direzione Costavolpino,
deviazione a sinistra per Località Ceratello.